

МАРИЯ ШАПОШНИКОВА

Детям *о родителях*

6+

Мария Шапошникова

Детям о родителях

«ЛитРес: Самиздат»

2019

Шапошникова М. В.

Детям о родителях / М. В. Шапошникова — «ЛитРес: Самиздат»,
2019

Эта книга – разговор психолога с детьми младшего школьного возраста. Традиционно психологи пишут взрослым о детях. Эта книга рассказывает детям о взрослых. Дети в силу возраста не могут проникнуть в особенности поведения взрослых. Книга в шутку и в серьез дает понять, что взрослый – живой человек. Он может совершать ошибки, быть слабым, усталым и непоследовательным. Книга учит детей справляться с конфликтами, распознавать собственные эмоции и эмоции взрослых, становиться самостоятельнее. Пригодится книга и самим родителям, а также психологам и педагогам.

© Шапошникова М. В., 2019

© ЛитРес: Самиздат, 2019

Содержание

Почему я написала эту книжку?	5
Родители. Как они устроены?	6
Взрослые тоже капризничают	7
Три верных способа договориться с родителями	8
Родители и школа. Почему родители нервничают из-за оценок?	10
Родители и приборка. Почему родителей беспокоит порядок в комнате?	12
Родители против лени	14
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Почему я написала эту книжку?

Достоверно известно, что взрослые тоже были маленькими, но только очень давно. Наверное, поэтому им не всегда легко понять детей.

А иногда между родителями и детьми бывают конфликты. Тогда взрослые начинают задумываться, все ли правильно они делают?

На помощь родителям приходят другие взрослые. Они ещё помнят себя маленькими или специально изучали детскую психологию. Эти взрослые пишут для родителей книги: «Как понять своего ребёнка?», «Как общаться с детьми?», «Полное руководство по гармоничному воспитанию» и тому подобное.

Но если честно, то это даже немного нечестно. Все-таки родители, если постараются, могут вспомнить свое детство. Они могут представить, что ребёнок чувствует. Могут догадаться, чего ребенок хочет и чего ждёт.

Взрослые были детьми, это факт.

Другое дело – дети. Им еще не случалось быть папами и мамами, поэтому маленьким понять больших гораздо сложнее.

Согласись, нелегко найти книгу, которая объясняла бы поведение родителей.

Я решила исправить эту несправедливость и написала детям книгу о взрослых. О том, как с ними обращаться в некоторых ситуациях, чем объяснить необъяснимое поведение взрослых и чего от них можно ожидать.

Все эти размышления возникли из бесед с такими же, как ты, ребятами.

Здесь ты можешь найти ответы на самые частые вопросы, которые задают дети про своих родителей. Или про одного из них. Ведь иногда ребенок живет только с мамой или только с папой. А может быть, только с бабушкой и дедушкой. А может быть, ребенка воспитывает приемная семья.

В любом случае, эти ответы помогут тебе лучше понимать своих близких и мирно с ними жить.

Родители. Как они устроены?

Родители – это такие же люди, как дети, только сильно измененные жизнью.

Они, словно большие деревья, обрастают со временем заботами, как годовыми кольцами, и забывают, какими они были тонкими и гибкими деревцами-детьми.

Их внутренний ребенок закрыт от твоего взора другими приросшими к ним ролями: матери, отца, мужа, жены, домохозяйки, учителя, продавца, музыканта, инженера, программиста.

Ребенок состоит сам из себя:

– Я человек! Я живой! Мне интересно жить!

Взрослый состоит из разных частей:

– Я человек, – помнит он так же, как ребенок. – Мне интересно! Я люблю жить и играть!

– Я взрослый, – говорит другая часть. – Я должен идти на работу, заниматься своим делом!

– Я родитель! Я должен воспитывать своих детей, – вспоминает третья.

Может быть, взрослый больше похож не на дерево, а на матрешку?

Но ты помни, что внутри каждого взрослого остается его ребенок. Это именно он иногда любит поиграть с тобой. Именно он иногда обижается и капризничает. Иногда тайком съедает последние конфеты или всю ночь сидит в компьютерных играх.

Папин внутренний ребенок может охотно погонять с тобой в футбол, а мамин – покидаться подушками перед сном. Это весело и понятно тебе.

Но через некоторое время включается внутренний родитель, который все портит:

– Так, теперь подбираем подушки, и быстро спать! Уже поздно!

Или внутренний взрослый вспоминает:

– Все, игра закончена, мне надо работать!

– Ну, папа, ну, давай ещё немного поиграем!

– Нет, я сказал!

И папа делает строгое лицо. А тебе становится немного обидно. Ведь вы так весело играли, и тебе хочется ещё.

Но что поделать, у взрослых много своих планов и обязанностей. Наверное, стоит им это простить.

Если бы они всегда оставались детьми и всегда хотели играть, они не смогли бы быть твоими родителями.

Они не смогли бы зарабатывать деньги на еду, не смогли бы покупать одежду, игрушки. Будь они до сих пор, как дети, им бы не пришлось в голову произвести тебя на свет.

Люди, которые пока еще не хотят взрослеть, часто говорят: «Ну уж нет, мы хотим пожить свободными, а воспитывать детей не для нас!»

А те, кто уже повзрослел, думают: «Мы уже достаточно сильны, чтобы заботиться о ком-то ещё. Хорошо, если это будет наш ребёнок!»

Взрослые тоже капризничают

Как все дети, внутренний ребенок родителей тоже может обижаться, капризничать и требовать внимания! Чаще это происходит, когда родители устали или заболели.

Подумай, чего бы ты хотел, когда выбился из сил?

Отдохнуть, полежать спокойно или заняться чем-нибудь приятным.

Вот и родители тоже любят посидеть перед телевизором или с планшетом, съесть что-нибудь вкусненькое, подольше поспать в выходные.

А ещё иногда мама капризничает:

– Я одна в этом доме все прибираю, никто меня не ценит, никто меня не слушает!

Ты думаешь: «Вот мама нервная какая. Я такую не люблю. Я люблю, когда веселая, добрая, ласковая!» И сердисься.

А мама думает: «Как я устала. Мне бы сейчас быть веселой, доброй, ласковой. Мне бы отдохнуть, а не хозяйством заниматься».

Мама в такие минуты нуждается в поддержке. Её внутренний ребенок хочет беззаботности, а не ответственности. Ей бы пойти с подружкой поболтать, в компьютере посидеть. Но дела, хозяйство, грязный пол...

Что можешь сделать ты?

Можно, конечно, обидеться: «Неправда, мама, я работаю по дому! Вот вчера буквально вымыл за собой стакан. А сегодня собирался проветрить комнату!» Но боюсь, что мама не оценит в этот момент твоей хозяйственности.

Еще можно пожалеть «маленькую» маму.

Подойти к ней, спросить: «Ты устала? Чем тебе помочь?» И сделать то, что она тебе поручала. Мама будет благодарна. Ну, или хотя бы уйти в сторонку и не мешать ей капризничать.

Или папа ворчит: «Я весь день на работе работаю свою работу! Могу я тихо посидеть в тишине, чтобы меня никто не трогал?»

Ты думаешь: «Сегодня я опять не нужен папе. Ему со мной неинтересно. А ведь вчера он обещал поиграть в футбол». И обижаешься.

А папа думает: «Вот бы ни о чем не думать хотя бы полчаса». И не думает. Легко.

Папиному внутреннему ребенку тоже можно посочувствовать: «Папа, хочешь чаю с конфеткой?» Ну или хотя бы не мешать.

Плохой вариант обидеться и канючить: «Ты же обещал! Так нечестно! Ты же обещал!»

Папа тогда нервничать начинает. Он помнит, что обещал. Ему стыдно. Но и отдохнуть хочется. Тут он может найти повод рассердиться на тебя: «Ты тоже много чего обещал! Ты обещал учиться на одни пятерки. Где пятерки? Где, я спрашиваю?» И получается, что ты же ещё и виноватым останешься.

Хороший вариант – дождаться, когда взрослый отдохнёт, и подойти с предложением ещё раз: «Папа, сколько тебе ещё нужно времени для отдыха? Когда мы с тобой планируем поиграть в футбол?»

Или к маме подойти:

– Мама, когда мы сможем поиграть в «Монополию»?

– Какая «Монополия»?! Мне ещё на кухне прибираться!

– Давай я тебе помогу, а потом поиграем?

Три верных способа договориться с родителями

Мама и папа иногда такие вредные, что сил нет.

Просишь их купить что-нибудь нужное, а они не соглашаются. Или в компьютер играть не разрешают. Или денег карманных не дают.

Мало ли проблем с родителями?

Ты хочешь погулять подольше, а они про уроки твердят. Ты хочешь мультфильмы посмотреть, а они книжкой перед носом машут. Всё ещё считают тебя маленьким. Воспитывать все пытаются. Обидно.

Как сделать так, чтобы родители чаще к тебе прислушивались? Нужно стать более взрослым и серьезным в их глазах. Покажи родителям, что ты уже не малыш.

Способ первый

Найди, за что похвалить родителей.

Каждый любит, когда его хвалят! Вспомни, если родители похвалили тебя, ты радуешься, гордишься собой. И своими родителям тоже при этом остаёшься доволен. Думаешь: «Какие милые у меня родители! Хвалят меня!» Ребенок особенно нуждается в похвале. Внутренний ребенок родителей тоже.

Найди, за что их похвалить. Можно заметить, что мама вкусно приготовила пирог, а папа вовремя починил велосипед. Скажи им спасибо и похвали за старания.

Вообще это нетрудно делать: «Завтрак вкусный, спасибо!», «Ты так красиво убрала комнату!», «Ты лучший папа на свете!», «Ты самая красивая!», «Ты так быстро починил велосипед!»

Увидишь, мама и папа скоро станут гораздо покладистее. Им тоже нравится быть в твоих глазах хорошими.

Только смотри, чтобы это не выглядело, как будто ты подлизываешься. Раздели свои похвалы и свои просьбы. Отдельно похвала. Отдельно просьба.

«Папа – ты щедрый и добрый человек. Дай денег!» Не, не вариант. Папа может только посмеяться.

Способ второй

Покажи чуть больше самостоятельности.

Родителей очень впечатляет, когда дети проявляют самостоятельность.

Вообще самостоятельность – это основная цель воспитания. Родители ждут не дождутся, когда ты будешь уметь все делать сам.

Тогда и расслабиться можно. Позволить себе больше беззаботности.

Поэтому хороший способ заработать себе авторитет – проявить самостоятельность в повседневных делах.

Например, на глазах у изумленной мамы взять и вынести мусор без напоминания. Сразу «плюс» в твою пользу.

Или приготовить ужин для всей семьи. Или научиться варить суп! Ну хотя бы макароны!

Родители думают: «Наш ребёнок такой самостоятельный! Ура! Можно лишний раз прислушаться к его просьбам».

Если ты самостоятельно выучил уроки, сам погулял с собакой, сам пропылесосил, вряд ли мама после этого будет ворчать: «Выключи компьютер! Кому я сказала? Сколько можно сидеть!»

Твоё серьезное поведение порождает серьезное к тебе отношение. Они подумают: «Ну вот, мой ребёнок такой взрослый, что все успевает делать без напоминаний. Он сам хорошо распоряжается своим временем. Зачем я буду вмешиваться в его отношения с компьютером? Пусть сидит».

Чем больше у тебя самостоятельности, тем больше прав и возможностей. Родители видят, что ты самостоятельный, и больше тебе доверяют.

Одна проблема. Родители быстро привыкают к тому, что ты умеешь многое делать, и сами начинают лениться. Ну, то есть рассчитывать на тебя во многих делах. Тут главное – не переусердствовать и время от времени напоминать, что у тебя ещё уроки, тренировки и быстротечное детство.

Но потом снова удивлять родителей своей самостоятельностью.

Способ третий

Предлагай помощь раньше, чем тебя попросят.

Лучший способ произвести хорошее впечатление на родителей – это предложить им свою помощь.

Можно, конечно, сидеть и ждать поручений. Например, мама говорит: «Вынеси мусор», ты пошел и вынес мусор. Молодец. Родители, конечно, рады. Это неплохой вариант. Но он про то, что ты послушный, а не про то, что ты уже большой и взрослый.

Более выигрышный вариант, когда ты сам спрашиваешь: «Мама, чем тебе помочь? Папа, моя помощь нужна?»

Подобные вопросы производят на родителей большое впечатление.

Во-первых, они видят, что ты внимательный. Во-вторых, они слышат в твоих словах заботу о себе. В-третьих, они чувствуют благодарность.

Итог: родители относятся к тебе с большим доверием и чаще идут навстречу твоим просьбам и желаниям.

Родители и школа. Почему родители нервничают из-за оценок?

Родители прекрасно помнят, как они были школьниками. Если ты спросишь, нравилось ли им ходить в школу, и услышишь «да», знай: они сильно приукрашивают.

Даже если говорят, что были отличниками и директор лично пожимал руку при встрече. Любить школу можно ну от силы год-два.

Пока первый учитель кажется тебе самым важным человеком на земле, а учиться так легко и приятно.

Но наступает момент, когда ты понимаешь, что в школу ходить просто НАДО.

Понимаешь, что учиться не всегда интересно, а впереди еще несколько лет школьных забот.

Тогда приходится напрягаться.

Вот и родители твои в свое время не просто получали пятерки и четверки, а прилагали усилия. Собирали волю в кулак и садились учить математику, русский, историю, химию. Если порой они не заставляли себя это сделать, то получали тройки и двойки. Честное слово, получали! Они помнят, как бывает трудно, если вовремя не разберешься с уроками.

Махнёшь, бывало, на что-то рукой: «Может, не спросят!» Так ведь специально спросят! Позабудешь сделать домашнее задание, тут же проверят!

А иногда твоих родителей за плохие оценки стыдили собственные мама и папа, ругали учителя. А может быть, над ними смеялись одноклассники. В такие тягостные моменты они чувствовали себя неловко. Им было стыдно. Ужасно не хотелось быть хуже всех.

Поэтому сейчас они переживают за твою учебу. Не хотят, чтобы ты так себя чувствовал.

И учиться они тоже не всегда любили! Куда интереснее, казалось им, погонять в футбол, почитать книжку, сходить с девчонками в кино! Это они прекрасно помнят. В глубине души родители понимают, что ты тоже можешь предпочесть другие занятия. Поэтому и тревожатся, и заводят разговоры: «Подумай о будущем! Школа – это твоя работа!»

А когда родители выросли, их ожидало необычайное открытие: не всё, что дети учат в школе, может пригодиться во взрослой жизни! Многие знания приобретаются напрасно.

Вот это да!

Зачем тогда ходить в школу?

А затем, что в школе мы учимся учиться!

Во взрослой жизни очень-очень сильно пригождается сама привычка учиться чему-то новому.

Когда ты учишь стихотворение, это нужно не для того, чтобы запомнить его на всю жизнь, а для того, чтобы память твоя работала. Чтобы не дрябла твоя память, как мышцы ленивого мальчика.

Взрослые знают – голова должна работать! Мозги должны находиться в постоянной тренировке! Сильный человек тренирует мышцы, умный человек тренирует мозг!

Поэтому иногда приходится учить то, что неинтересно.

Как быть с родителями, если они нервничают из-за оценок?

Родители ведут себя гораздо спокойнее, когда ты сам следишь за своей учебой. Сам делаешь домашнее задание, сам исправляешь оценки. Чем больше ты проявляешь самостоятельности, тем спокойнее родители. Постепенно они привыкают, что у тебя с учебой все в порядке, и даже забывают проверять твой дневник.

Но если тебе действительно трудно в чем-то разобраться, проси помощи: «Папа, мама, я не понял, как решать эту задачу», «Мне трудно на английском, потому что я много тем пропустил, когда болел».

Пусть тогда родители решают, что делать: взять помощь репетитора или самим садиться с тобой за уроки.

Мой совет: выбирай репетитора. Эти люди не такие нервные. Чужих детей учить гораздо легче.

Родители и приборка. Почему родителей беспокоит порядок в комнате?

Встречаются в нашем мире такие родители, которые страшно нервничают из-за беспорядка в комнате.

– Приберись в своей комнате, приберись в комнате, приберись! – постоянно твердят они. И ругаются иногда.

А некоторые даже сами за ребенка приборку делают. Попробуй найди потом, где что лежит! Каких-то важных вещей вообще можно не досчитаться. Вот где коллекция цветных бутылочных стеклышек?

Самое обидное, что тебе твой порядок-беспорядок вполне нравится. И ты не считаешь нужным его менять. Но родители-то нервничают.

Что делать?

Прежде всего, давай разберемся, зачем это нужно твоим родителям?

Когда они были маленькими детьми, их собственные папа и мама тоже постоянно твердили: «Приберись в комнате!»

А маленьким родителям так же, как и тебе, совсем не хотелось это делать.

Они сидели среди разбросанных вещей и думали: «Ну сколько можно! Это моя комната, мой стол! Мой портфель! Когда хочу, тогда и прибираю! Нашли повод кричать!»

Маленькие родители обижались, но рано или поздно слушались своих больших родителей, потому что понимали, что никуда от приборки не деться. Да и к тому же в прибранной комнате гораздо приятнее снова разбрасывать.

Так вот, именно в те далекие времена твоим родителям ясно и отчетливо врезалось в память: правильные папа и мама всегда требуют у детей наведения порядка в комнате! А также чистить зубы, учить уроки, выключать свет в туалете!

Именно это и названо воспитанием.

И когда маленькие родители стали настоящими папой и мамой, они первым делом вспомнили то, как их самих воспитывали в детстве.

«Надо обязательно приучить ребёнка к порядку в комнате, – подумали они, – ведь мы хорошие родители».

И ещё один секрет: когда взрослые видят беспорядок, их голова представляет, что им самим придется все прибирать!

Вот это все! Сейчас! После работы! Всю гору этого веселого хаоса! А ведь не хочется! Так же, как и в детстве не хотелось! Совсем не хочется! Своих дел хватает!

Как ты понимаешь, их внутренний ребёнок тоже совсем не хочет это делать.

Поэтому родители начинают нервничать и злиться.

Как быть с родителями?

Способ первый. Если они требуют наведения порядка в тот момент, когда ты занят, обязательно им объясни: «Сейчас я делаю важное для меня дело (указать, какое именно), но через полчаса я освобожусь и все приберу!»

Только обязательно выполняй, а то в следующий раз не работает.

Способ второй. Работать на предупреждение конфликта: навести порядок до того, как родители начнут ругаться. Например, завести будильник за полчаса до прихода родителей и сделать необходимую уборку.

Способ третий (самый сложный). Сразу все раскладывать по местам, чтобы всегда порядок был.

Способ четвёртый. Ну заигрался, забыл, отвлёкся. Родители сделали замечание, а ты вместо того, чтобы обидеться, тут же вспоминай, что они иначе-то не могут! Они же хорошие родители, и это их обязанность – приучать тебя к порядку (а также чистить зубы, учить уроки и выключать свет в туалете). Вспомни, что, когда они были маленькими, они тоже прибирались через силу. И приберись.

Способ пятый. Поворчи немного: «Ну сколько можно! Это моя комната, мой стол! Мой портфель! Когда хочу, тогда и прибираю! Нашли повод кричать!» – и приберись.

Почему порядок в комнате – это выгодно для тебя?

1. Когда у тебя порядок, тебе никто не выносит мозг по этому поводу.
2. Мозг тебе по этому поводу никто не выносит.
3. Когда в комнате порядок, никому не придёт в голову в ней прибираться. А значит риск, что родители найдут секретные документы и пиратские клады, минимален.
4. Когда ты кладёшь вещи на свои места, ты всегда можешь быстро их найти. Если понадобится срочно спасти мир, ты точно будешь знать, где что у тебя лежит.
5. Привыкая содержать свои вещи в порядке, ты привыкаешь к самодисциплине и учишься поддерживать порядок в своих делах. (Согласна, это скучный довод).

Несколько приёмов быстрой уборки

1. Оцени степень беспорядка и скажи себе: я положу на место всего 10 (или 25, или 50) вещей, а потом продолжу заниматься тем, что мне нравится.
2. Поставь таймер на 10 минут и скажи себе: «Я потрачу на приборку всего 10 минут, но постараюсь сделать за эти 10 минут как можно больше».
3. Если у тебя есть брат или сестра, можно посоревноваться с ними, кто больше приберёт вещей за эти 10 минут.
4. Если не хочется прибираться, а порядок требуется идеальный, можно представить, что это не родители зайдут к тебе в комнату, а самая хорошая девочка из класса или самый интересный мальчик. Какими глазами они увидят твою комнату? Вот! Надо сделать так, чтобы не было стыдно.

Родители против лени

«Вот ты лентяй какой! – укоряет мама. – Вместо того чтобы на диване лежать, мог бы чем-нибудь полезным заняться!»

Папа тоже ворчит: «Хватит в окно смотреть, ворон считать!»

Странные они – родители.

Разве следить за воронами – это пустое занятие?

Вороны – очень интересные птицы. Наблюдать за ними – одно удовольствие. Можно сделать массу открытий. Вот ворона нашла кусочек колбасы и спрятала во дворе под деревом. Увидела собаку, насторожилась, перепрыгала. Вот молодой воронёнок учится летать, а мама-ворона его подбадривает. Кружится около него и кричит: «Кр-рыля кр-репче дер-ржи!» Вот три вороны скользят по скату крыши на лапках до самого козырька, как с горки. Потом с хохотом взлетают обратно наверх. А сверху снова скользят вниз. Это же они с горки катаются! Развлекаются, как малышня на детской площадке! Долго можно смотреть на ворон.

Между прочим, зоологи называют это занятие – не «считать ворон», а наблюдать за повадками птиц.

Для этого требуются внимательность и усидчивость, между прочим!

У тебя в это время идёт научный процесс – познание мира. Так и объясни родителям.

Да и когда ты лежишь на диване, разве это всегда про лень?

Может, ты в это время обдумываешь, как прошёл твой день, или планируешь дела на завтра. Может, вспоминаешь, как посмотрела на тебя девочка с соседней парты и что она сказала тебе на перемене. Конечно же, ещё надо хорошенько поразмышлять, правильно ли ты ей ответил.

Можно пофантазировать: «Вот бы мне крылья, как у вороны, чтобы не подниматься в гору, а взлетать». Мечтать полезно. Да, да, именно мечтатели изобрели массу всего интересного!

Когда взрослым кажется, что ты просто сидишь и ничего не делаешь, с тобой могут происходить важные вещи. Ты откладываешь в душе важные воспоминания, строишь планы на будущее, задумываешься о том, кто ты и кем хочешь стать. Ты задаешься вопросами об устройстве жизни и о том, почему на руках ногти растут быстрее, а на ногах медленнее. Ты приводишь в порядок впечатления о событиях дня и впечатления о мире в целом. Ты учишься лучше понимать себя и других. Ты взрослеешь.

Один мальчик все время был так занят важными делами, что у него не было ни одной свободной минутки. Родители очень хотели его всесторонне развить. После школы у него чередой шли английский язык, плавание, шахматы, скорочтение, рукопашный бой, компьютерные курсы и игра на африканских барабанах. И вот однажды два педагога из семи заболели. Освободилось время. Три часа. Мальчик растерялся. Испугался даже. Не знал, чем себя занять. Привык, что за него все решают взрослые, а ему и задумываться не надо. Знай выполняй, что тебя просят.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.